

¡Dios es nuestro refugio!

Impregnadas todavía del buen ambiente vivido en el pasado Capítulo General y con trabajos pos capitulares aun por hacer, dedicamos este día de retiro para encontrarnos de manera especial con el Señor de nuestra vida y en comunidad celebrar el don de nuestra fe.

Octubre es un mes especial para recordar el legado espiritual de dos grandes mujeres de la espiritualidad Carmelitana. Santa Teresita del niño Jesús y nuestra madre Santa Teresa de Jesús.

De ella, de sus inspiraciones y de su doctrina aprendemos cada día a vivir nuestra vida centradas en Jesucristo como Camino, Verdad y Vida. Dispongamos nuestra mente y nuestro corazón a vivir este día como una oportunidad de sentirnos amadas y llamadas a reconocer el querer de Dios sobre cada una de nosotras y de la vida de nuestra comunidad, una vida fraterna que como dicen nuestras Constituciones: “...se significa en la Eucaristía, signo de unidad y vínculo de caridad. Se cultiva en la oración común en el mismo espíritu. Se nutre con la doctrina del Evangelio.”

- Momento:** Dejamos que nuestro espíritu se serene tranquilamente, nos recogemos, nos pacificamos, intentamos desconectarnos un poco de lo que es nuestra vida cotidiana en estos momentos y nos alegramos de tener este espacio, este tiempo y esta oportunidad. Agradecemos a Dios por tanta gracia y tanto don (*invocar la presencia del Espíritu Santo rezando, cantando...*)

Me tomo tiempo para meditar:

Qué pido para mi hoy: ¿qué deseo, qué me hace falta?
Qué pido para mi comunidad hoy: ¿qué necesitamos?

Rezo con el salmista (salmo 61)

En Dios sólo el descanso de mi alma,
De él viene mi salvación;
Solo él mi roca, mi salvación,
Mi ciudadela, no he de vacilar...

En Dios sólo descansa, oh alma mía,
De él viene mi esperanza;
Solo él mi roca, mi salvación,
Mi ciudadela, no he de vacilar,
En Dios mi salvación y mi gloria,
La roca de mi fuerza.

En Dios mi refugio; confiad en él,
Oh pueblo en todo tiempo;
Derramad ante el vuestro corazón,
¡Dios es nuestro refugio!

“Alma mía, en Dios solamente reposa,
Porque de él es mi esperanza.
El solamente es mi roca y mi salvación.
Es mi refugio, no resbalare.”

Salmos 62:5-6

**¡Escucha, Ama y Camina a la luz del Espíritu!**

- Momento:** Escucho las llamadas concretas que Dios me hace hoy, en su Palabra: Me dejo iluminar por cada uno de los textos...sigo el ritmo de mi mente y mi corazón haciendo eco de estas frases cortas de cada texto.

Lucas 12,49: He venido a traer fuego a la tierra, y cuanto me gustaría que ya estuviera encendido. *¿hay fuego en mis entrañas, que pasiones me habitan...?*

Mateo 5,14.16: Vosotros sois la luz del mundo...brille así vuestra luz delante de los hombres, para que vean vuestras buenas obras y glorifiquen a vuestro Padre. *¿Qué tipo de luz soy en este momento? ¿Qué buenas obras hago?*

Lucas 12,49: Porque donde este vuestro tesoro allí estará vuestro corazón. *¿Dónde está mi corazón en este momento concreto de mi existencia?*

Juan 8,12: Yo soy la luz del mundo; el que me siga no caminara en la oscuridad, sino que tendrá la luz de la vida. *¿Hay alguna oscuridad en mi vida que necesite ser iluminada por el Señor?*

Otros textos y otras preguntas opcionales según el Espíritu inspiren.

3. Momento: Oro humildemente para recibir vida: Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia. **Jn.10,10.**

Dichoso el corazón enamorado,
Que en solo Dios ha puesto el pensamiento;
Por Él renuncia a todo lo creado,
Y en el halla su gloria y su contento;
Aun de sí mismo vive descuidado
Porque en su Dios está todo su intento;
Y así alegre pasa muy gozoso
Las ondas de este mar tempestuoso.



4. Momento: Medito en el siguiente texto de Santa Teresa, en la misma dinámica de dejarme iluminar la vida.

Deshacernos de nosotras mismas y como están juntas la virtud y la humildad

Desasiéndonos del mundo y deudos y encerradas aquí con las condiciones que están dichas, ya parece lo tenemos todo hecho y no hay que pelear con nada. ¡Oh hermanas mías!, no os aseguréis ni os echéis a dormir, que será como el que se acuesta muy sosegado habiendo muy bien cerrado sus puertas por miedo a los ladrones y se los deja en casa; y ya sabéis que no hay peor ladrón, pues quedamos nosotras mismas; que si no se anda con gran cuidado y cada una como en negocio más importante que todos. No se mira mucho en andar contradiciendo su voluntad, hay muchas cosas para quitar esta santa libertad de espíritu, que pueda volar a su Hacedor sin ir cargada de tierra y de plomo.

Gran remedio es para esto traer muy continuo en el pensamiento la vanidad que es todo y cuan presto se acaba, para quitar las afecciones de las cosas que son tan baladíes y ponerla en lo que nunca se ha de acabar. Y aunque parece flaco medio, viene a fortalecer mucho el alma. Y en las muy pequeñas cosas traer gran cuidado: en aficionándonos a alguna, procurar apartar el pensamiento de ella y volverse a Dios, y su Majestad ayuda. Y nos ha hecho gran merced, que en esta casa lo más está hecho, puesto que este apartarnos de nosotras mismas es recia cosa. Aquí puede entrar la verdadera humildad, porque la virtud y la humildad me parece andan siempre juntas; son dos hermanas que no hay porque apartarlas. No son estos los deudos de que yo aviso se aparten, sino que los abracen, y las amen y nunca se vean sin ellas.

¡Oh soberanas virtudes, señoras de todo lo criado, emperadoras del mundo, libradoras de todos los lazos y enredos que pone el demonio, tan amadas de nuestro enseñador Cristo, que nunca un punto se vio sin ellas! quien las tuviera bien puede salir y pelear con todo el infierno junto y contra el mundo y sus ocasiones; no haya miedo de nada, que suyo es el Reino de los cielos, no tiene a quien temer, porque no se le da de perderlo todo ni lo tiene por perdida; solo teme descontentar a su Dios y suplicarle las sustentas en ellas, porque no las pierda por su culpa.

Verdad es que estas virtudes tienen tal propiedad, que se esconden de quien las posee, de manera que nunca las ve, ni acaba de creer que tiene ninguna, aunque se lo digan, más tienelas en tanto, que siempre anda procurando tenerlas, y las va perfeccionando en sí más...

Mas ¡que desatino ponerme yo a loar humildad y mortificación, estando tan loadas del Rey de la gloria y tan confirmadas con tantos trabajos suyos! Pues, hijas mías; aquí es el trabajar por salir de la tierra de Egipto, que en hallándolas, hallaréis el maná; todas las cosas os sabrán bien; por mal sabor que al gusto de los del mundo tengan, se os harán dulces.

*Santa Teresa de Jesús
Camino de Perfección. Capítulo 10.*

Con la lectura de este texto de Santa Teresa dejamos que Dios vaya haciendo su obra en nosotras, nos ponemos a su disposición para que nos transforme, nos libere y nos haga mujeres libres, más humanas, más fraternas, más misioneras, más de Dios y menos de nosotras mismas. Pedimos para cada Carmelita Teresiana de San José la gracia de poder encarnar en nuestra vida las dos virtudes de las que habla la Santa: mortificación y humildad, virtudes que también encarnaron nuestras Madres Fundadoras.

Preparo brevemente mi compartir comunitario

¿Con que luces, sentimientos, intuiciones del espíritu quiero enriquecer a mi comunidad hoy?

Después del compartir comunitario concluimos nuestro retiro con la siguiente oración Mariana.

Canto: El Magníficat

Oramos juntas:

Oh Dios amigo de los hombres,
fiel a la alianza y a las promesas,
que, en el anuncio a María,
has dado cumplimiento
a la esperanza de la humanidad,
escucha nuestra oración
por la total disponibilidad de la Virgen María,
Hija de Sión y hermana nuestra,
haznos atentas a la Palabra
y abiertas al don del Espíritu.
Por Cristo nuestro Señor. Amén.

